

GOBIND MARG

THE MONTHLY BULLETIN OF GURDWARA SRI GURU SINGH SABHA – HOUNSLOW

SEPTEMBER 2021 – VOL XXVIII ISSUE 9



This month the 16th marks an important day – we observe the Guruship and the Jyoti Jot day of Gur Ram Dass ji. Guru Sahib carried out the plan (earlier chalked out by Guru Amardas ji) to excavate the holy Amrit Sarovar as well as establish the Amritsar town settlement. Starting in 1570 AD, under the supervision of Baba Budha ji, the work was completed by 1577. Guru Arjan Sahib later conceived the idea of creating a central place of worship for the Sikhs and he himself designed the architecture of Sri Harmandar Sahib.



ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥



One Universal Creator God, Realised By the Grace of The True Guru

**Monday - Saturday
(Excluding Tuesdays)**

AM

4.00	Parkash
5.00	Nitnem
6.00	Simran
6.30	Asa-Di-Vaar
7.45	Ardass
10.00	Kirtan
10.45	Katha
11.30	Ardass

PM

6.00	Rehraas
6.30	Kirtan
7.00	Katha
7.30	Ardass
8.00	Sukhasan

Sundays Only

4.00	Parkash
5.00	Nitnem
6.00	Simran
6.30	Asa-Di-Vaar
7.45	Ardass
8.00	Akhand Paath or Sehaj Paath Bhog or Sukhmani Sahib
9.00	Kirtan
9.45	Ardass
10.00	Youth Kirtan
11.00	Kirtan

Tuesdays Only

4.00	Parkash
5.00	Nitnem
6.00	Simran
6.30	Asa-Di-Vaar
7.45	Ardass
10.00	Kirtan
10.30	Katha
11.00	Sukhmani Paath

PM

12.00	Katha
1.00	Kirtan
2.00	Ardass
6.00	Rehraas
6.30	Kirtan
7.00	Katha
7.30	Ardass
8.00	Sukhasan

PM

12.15	Ladies Kirtan
2.00	Ardass
6.00	Rehraas
6.30	Kirtan
7.00	Katha
7.30	Ardass
8.00	Sukhasan

Please Note

During the restricted services of the Gurdwara these services are currently suspended.

The current Gurdwara programme appears on page 5.



ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ॥



GURDWARA SRI GURU SINGH SABHA

Alice Way, Hanworth Road, Hounslow, Middlesex, TW3 3UD

Registered No. 75990 as a place of worship under the Worship Registration Act 1855

Registered Charity No. 83314

Inland Revenue Ref. CC 15570

Enquiries: **020 8577 2793** Email: khalsa@sgss.org Website: www.sgss.org

September 2021

Important Days	Event	Nanakshahi Calendar Days	
		Sept ਭਾਦੋਂ / ਅੱਸੂ	Oct ਅੱਸੂ / ਕੱਤਕ
Sangrand (ਸੰਗਰਾਂਦ)	New Month Starts	16	17
Massia (ਮੱਸਿਆ)	No Moon (Dark Night)	07	06
Puranmashi (ਪੂਰਨਮਾਸ਼ੀ)	Full Moon	20	20
Guruship, Gurburb, Jyoti Jot/Barsi			
Sri Guru Granth Sahib ji	Inauguration (ਪਿਰਲਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼)	1	
Guru Amardas ji	Jyoti Jot	16	
Guru Ramdas ji	Guruship & Jyoti Jot	16	
Guru Arjan Dev ji	Guruship	16	
Guru Angad Dev ji	Guruship	18	
Guru Nanak Dev ji	Jyoti Jot	22	
Guru Ramdas ji	Avtar		9
Guru Har Rai ji	Jyoti Jot		20
Guru Harkrishan ji	Guruship		20
Guru Granth Sahib ji	Guruship (ਗੁਰੂ ਮਾਨਿਓ ਗਰੰਥ)		20
Guru Gobind Singh ji	Jyoti Jot		21
Sahibzada Zorawar Singh ji	Birthday		28
Historical Dates & Events			
Baba Buddha ji	Barsi	18	

Dear Sangat Jee – WaheGuru Ji Ka Khalsa; WaheGuru Ji Ki Fateh

As normality returns, we are pleased to announce the restoration of some of our services, whilst we strongly encourage the social-distancing rules and the importance of keeping ourselves and each other safe. The hosting of the NHS 'C19 Vaccination' Drop-In clinics also ends after 26th August.

Disability Network Hounslow
Every Friday, 10:00am-3:00pm
starting Fri, 3rd Sept 2021

The Gurdwara's Executive Committee has been selected as only 13 nominations were received at the closing time. The names and positions of the new 2021-2024 EC will be published here in the October issue of Gobind Marg. Further details can be found on our website www.sgss.org

Whilst further talks and meetings with various authorities regarding the adjoining site are ongoing, we continue to encourage you to register your support to STOP the development of 125 flats that will isolate and mask our iconic Gurdwara. Request you to please:

- Sign the Petition – In-house forms available and Online (QR code) link is here
- Write to your local Councillor
- Attend the Gurdwara regularly for engagement and updates.



<http://chnng.it/chkbPM5QXK>

School Admissions start from 5th Sept 2021.

We are also proud to announce the results of our successful students – **Congratulations!**

A Level Results

Himika Kaur	A*
Tamanpreet Kaur Luthra	A
Harleen Kaur	B
Devinderjit Singh Grewal	A
Kulvinder Singh Gabba	A
Manik Singh Tamber	A
Ravinder Singh Panesar	B

GCSE Results

Gurpreet Kaur Gulati	Grade 9 (Equivalent to A*)
Gurpreet also obtained Distinction in her Panjabi speaking examination	

Health & Safety: Please ensure you follow the Government & Gurdwara guidelines as well as any instructions from the official sewadars to keep everyone safe.

Bookings: To enable us to continue supporting the sangat whilst remaining compliant with the Government Guidelines, we are happy to discuss your needs. The August, services performed were:

• Weddings	20	• Sehaj Path	10
• Sukhmani Sahib Path/Kirtan	19	• Funerals	5

Opening Times: The Gurdwara will remain open 7:00am and 7:00pm daily.

Matrimonial Office: 10:00am-1:00pm Daily, Bank Holidays closed. Email marriages@sgss.org

Main Office: 10:00am-5:00pm Daily

Show Your Gratitude: Please donate to the Gurdwara to help run the Sangat services:

By Cheque: Payable to Sri Guru Singh Sabha Hounslow and posted/delivered to
Gurdwara Sri Guru Singh Sabha, Alice Way, Hounslow, TW3 3UD

Online: Donations can be made online at www.sgss.org/donate



PROGRAMME from 17May 2021

Mon-Sat - Exc Tue - Early

4:00	Parkash
5:00	Nitnem
6:00	Simran
6:30	Asa Di Var
7:45	Ardaas
10:00	Kirtan
10:45	Katha
11:30	Ardaas
Evening	
6:00	Rehraas
6:30	Kirtan
7:00	Katha
7:30	Ardaas
8:00	Sukhasan

Tuesday - Early

4:00	Parkash
5:00	Nitnem
6:00	Simran
6:30	Asa Di Var
7:45	Ardaas
10:00	Kirtan
10:30	Katha
11:30	Sukhmani Sahib Paath
12:15	Ladies Kirtan
2:00	Ardaas
Evening	
6:00	Rehraas
6:30	Kirtan
7:00	Katha
7:30	Ardaas
8:00	Sukhasan

Sunday - Early

4:00	Parkash
5:00	Nitnem
6:00	Simran
6:30	Asa Di Var
7:45	Ardaas
8:00	*AP SPB SS
9:00	Kirtan
9:45	Ardaas
10:00	Youth Kirtan
11:00	Kirtan
12:00	Katha
1:00	Kirtan
2:00	Ardaas
Evening	
6:00	Rehraas
6:30	Kirtan
7:00	Katha
7:30	Ardaas
8:00	Sukhasan

***AP SPB SS** – Akhand Path or Sehaj Paath Bhog of Sukhmani Sahib

Please ensure the Government & Gurdwara Guidelines are followed

The *Benti Chaupai* is a bani taken from the **Dasam Granth**. It is written in quatrains (groups of four verses, as indicated by the name Chau+pai). Within the Rehras Sahib paath the first 25 quatrains are included in the *Nitnem* (daily prayer) Gutkas, as per the *Rehat Maryada*. At the start of the bani, in all Gutkas, has been written Patshahi 10, to convey the bani as a composition of Guru Gobind Singh ji.

The tone of this bani is that of a martial prayer, which is in consonance with the use of the salutation 'Waheguru ji ki Fateh', which became a popular form of greeting after the tenth Nanak had created the Khalsa at Anandpur Sahib on Baisakhi day, 1699. It indicates that in all our worldly or spiritual battles, victory comes with the grace of Waheguru. We continue with the next five quartrains.

	ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਿਹ ॥ ਕਬਯੋ ਬਾਚ ਬੈਨਤੀ॥ ਚੌਪਈ ॥	Glossary	Contextual Meaning
1	ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਮੁਹਿ ਰਾਖਨਹਾਰੇ ॥	ਰਾਖਨਹਾਰੇ	Benti (plea) by the poet Saviour Lord of all
2	ਸਾਹਿਬ ਸੰਤ ਸਹਾਇ ਪਿਯਾਰੇ ॥	ਸਾਹਿਬ, ਸੰਤ ਸਹਾਇ	Master, Supporter of saints
3	ਦੀਨਬੰਧੁ ਦੁਸਟਨ ਕੇ ਹੰਤਾ ॥	ਦੀਨਬੰਧੁ, ਦੁਸਟਨ ਕੇ ਹੰਤਾ	Friend of the meek, Destroyer of pain
4	ਤੁਮ ਹੋ ਪੁਰੀ ਚਤੁਰਦਸ ਕੰਤਾ ॥੩੮੨॥	ਪੁਰੀ ਚਤੁਰਦਸ, ਕੰਤਾ	All fourteen worlds, Lord
5	ਕਾਲ ਪਾਇ ਬ੍ਰਹਮਾ ਬਪੁ ਧਰਾ ॥	ਕਾਲ ਪਾਇ, ਬਪੁ	At appointed time, Body
6	ਕਾਲ ਪਾਇ ਸਿਵਜੂ ਅਵਤਾਰਾ ॥	ਸਿਵਜੂ / ਸਿਵ ਜੂ ਅਵਤਾਰਾ	Shiva (creation of)
7	ਕਾਲ ਪਾਇ ਕਰਿ ਬਿਸਨੁ ਪ੍ਰਕਾਸਾ ॥	ਬਿਸਨੁ	Vishnu (creation of)
8	ਸਕਲ ਕਾਲ ਕਾ ਕੀਯਾ ਤਮਾਸਾ ॥੩੮੩॥	ਸਕਲ ਕਾਲ, ਤਮਾਸਾ	Of entire time, Play
9	ਜਵਨ ਕਾਲ ਜੇਗੀ ਸਿਵ ਕੀਯੋ ॥	ਜਵਨ ਕਾਲ, ਜੇਗੀ ਸਿਵ	That Lord, Yogi Shiva
10	ਬੇਦ ਰਾਜ ਬ੍ਰਹਮਾ ਜੂ ਥੀਯੋ ॥	ਬੇਦ ਰਾਜ	Lord of the Vedas
11	ਜਵਨ ਕਾਲ ਸਭ ਲੋਕ ਸਵਾਰਾ ॥	ਲੋਕ ਸਵਾਰਾ	Created the Worlds
12	ਨਮਸਕਾਰ ਹੈ ਤਾਹਿ ਹਮਾਰਾ ॥੩੮੪॥		
13	ਜਵਨ ਕਾਲ ਸਭ ਜਗਤ ਬਨਾਯੋ ॥		
14	ਦੇਵ ਦੈਤ ਜੱਛਨ ਉਪਜਾਯੋ ॥	ਦੇਵ ਦੈਤ, ਜੱਛਨ	Gods & antigods, The Yaksha (a class of demigods)
15	ਆਦਿ ਅੰਤਿ ਏਕੈ ਅਵਤਾਰਾ ॥	ਅਵਤਾਰਾ	Incarnation
16	ਸੋਈ ਗੁਰੂ ਸਮਝਿਯਹੁ ਹਮਾਰਾ ॥੩੮੫॥	ਸੋਈ, ਸਮਝਿਯਹੁ	The same, Understood to be
17	ਨਮਸਕਾਰ ਤਿਸ ਹੀ ਕੇ ਹਮਾਰੀ ॥		
18	ਸਕਲ ਪ੍ਰਜਾ ਜਿਨ ਆਪ ਸਵਾਰੀ ॥	ਸਕਲ ਪ੍ਰਜਾ	All created beings
19	ਸਿਵਕਨ ਕੇ ਸਿਵਗੁਨ ਸੁਖ ਦੀਯੋ ॥	ਸਿਵਕਨ, ਸਿਵਗੁਨ	Servants, Divine qualities
20	ਸੱਤ੍ਰੁਨ ਕੇ ਪਲ ਮੇ ਬਧ ਕੀਯੋ ॥੩੮੬॥	ਸੱਤ੍ਰੁਨ, ਬਧ ਕੀਯੋ	Enemies, Destroyed

ਪੰਜਾਬੀ ਅਰਥ

Lines 1-4: ਹੇ ਰੂਪਣਹਾਰੇ, ਹੇ ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਿਆਰੇ ਸਾਹਿਬਾ! ਮੈਨੂੰ ਰੱਖ ਲਵੇ। ਹੇ ਅਨਾਥਾਂ ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਸਹਾਇਕ ਤੇ ਖੇਟਿਆਂ, ਭੈੜਿਆਂ ਬੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਨਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਤੂੰ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ (ਚੰਦਾਂ ਲੋਕਾਂ) ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੈਂ।

Lines 5-8: ਭੰਨਣ ਘਣਨ ਸਮਰਥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਪਾ ਕੇ ਬ੍ਰਹਮਾ ਨੇ ਸਰੀਰ ਧਾਰਿਆ ਸੀ ਉਸੇ ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਿਵਜੀ ਨੇ ਅਵਤਾਰ ਧਾਰਿਆ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਮੂਜਬ ਹੀ ਵਿਸ਼ਨੂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਪਰਕਾਸ਼ ਕੀਤਾ (ਪਰਗਟ ਹੋਇਆ)। ਇਹ ਜਗਤ ਦਾ ਸਾਰਾ ਤਮਾਸ਼ਾ (ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਸਾਰੀ ਖੇਡ) ਉਸੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹੀ ਰਚਨਾ ਹੈ।

Lines 9-12: ਜਿਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਸ਼ਿਵਜੀ ਨੂੰ ਜੋਗੀ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਕਰਤਾਰ ਪਾਸੋਂ ਵੇਦਾਂ ਦਾ ਭੇਤ ਬ੍ਰਹਮਾ ਨੂੰ ਪਰਾਪਤ ਹੋਇਆ, ਜਿਸ ਹਿਰਜਣਹਾਰ ਨੇ ਸਭ ਸੰਸਾਰ ਸਾਜਿਆ ਸਵਾਰਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਨਮਸਕਾਰ ਹੈ।

Lines 13-16: ਜਿਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੇ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਸਾਜਿਆ ਅਤੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੇਂਤਾ ਤੇ ਜੱਛਾਂ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅਖੀਰ ਤੀਕ ਇਕੋ ਹੀ ਅਵਤਾਰ ਹੈ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਮੇਰਾ ਗੁਰੂ ਸਮਝੋ।

Lines 17-20: ਮੇਰੀ ਉਸੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਨਮਸਕਾਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆ (ਖਲਕਤ) ਆਪ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਸੇਵਕਾਂ (ਭਗਤਾਂ) ਨੂੰ ਸੁਖ ਗੁਣ ਤੇ ਸੁਖ ਦਿਤੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਵੈਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪਲ ਵਿਚ ਨਾਸ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

English Rendition

Lines 1-4: Preserve me O Great Preserver; You are the Protector of the Saints. You are the Savior of the weak and Destroyer of tyrants. You are the Master of the fourteen worlds (according to Puranic conception).

Lines 5-8: As the proper time came, Brahma appeared in physical form, then Shiva was incarnated and then Vishnu. It is all the Play of God.

Lines 9-12: The Lord created Shiva, the Yogi; Brahma, the utterer or king of Vedas. The Lord, Who fashioned the entire Universe, I salute Him alone.

Lines 13-16: The Lord is the Creator of Time and the Universe; He also created the angels, demons and yakshas. He alone was in the beginning and will be at the end of the Time. He alone is my Guru.

Lines 17-20: I make my obeisance to Him alone, Who has created all His subjects and preserves them. He has blessed His devotees with all merits and happiness and destroys the enemies [inner disharmony] instantaneously.



"ਹਮ ਰੁਲਤੇ ਫਿਰਤੇ ਕੋਈ ਬਾਤ ਨ ਪੂਛਤਾ, ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਸੰਗਿ ਕੀਰੇ ਹਮ ਥਾਪੇ।"

ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਚੂਨਾ ਮੰਡੀ ਲਾਹੌਰ ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ ਤੇ ਨਾਂ ਜੇਠਾ ਰਖਿਆ ਗਿਆ। ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਗਏ। ਨਾਨੀ ਆਪ ਨੂੰ ਬਾਸਰਕੇ ਲੈ ਆਈ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ। ਸਨ ੧੫੪੬ ਵਿਚ ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੂੰ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਜਾਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਮਿਲਿਆ। ਆਪ ਘੁੰਗਣੀਆਂ ਵੇਚ ਕੇ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਕਰਨ ਲੱਗੇ। ਜਦ ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ ਨਾਲ ਮੇਲ ਹੋਇਆ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਆਚਾਰ ਵਿਹਾਰ ਚੰਗਾ ਲੱਗਾ, ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਛੋਟੀ ਬੇਟੀ ਭਾਨੀ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਆਪ ਇਥੇ ਹੀ ਟਿਕ ਕੇ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲੱਗੇ।

ਸਾਕ ਨਾ ਜਾਤਾ, ਹਿਰਦੇ ਰਖਿਆ ਸੇਵਕੀ ਭਾਉ।

ਚਚਲਾਈ, ਚਤਰਾਈ ਨ ਖੇਡਣ ਹੱਸਣ ਦਾ ਚਾਉ।

ਪ੍ਰੀਤ ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਸੇਵਕੀ ਰਖੀ।

ਬਿਨਾ ਸਤਗੁਰ ਹੋਰ ਨ ਦੇਖਣ ਅਖੀਂ।

ਸੰਨ ੧੫੫੨ ਵਿਚ ਬਾਉਲੀ ਬਣਨੀ ਆਰੰਭ ਹੋਈ ਤੇ ਭਾਈ ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੇ ਬਾਕੀ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ। ਸੰਨ ੧੫੬੬ ਵਿਚ ਅਕਬਰ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਆਇਆ ਤੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀ ਰੂਹ ਰੀਤ ਦੇਖ ਕੇ ਝਬਾਲ ਦੇ ਪਰਗਣੇ ਦੀ ਜਮੀਨ ਬੀਬੀ ਭਾਨੀ ਦੇ ਨਾਂ ਲਗਵਾ ਗਿਆ। ਸੰਨ ੧੫੭੦ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੂੰ ਇਕ ਨਵਾਂ ਨਗਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਕੀਤੀ।

ਉਸਾਰੀ ਫੇਰ ਲਵਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਨਾਲੇ ਸਰ ਬਣੇ ਨਾਲੇ ਬਣੇ ਨਗਰ ਵਿਚ ਘਰ।

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੋਵਰ ਵਾਲੇ ਅਸਥਾਨ ਤੋਂ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਬੂਟੀ ਮਿਲੀ ਸੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਪੈਰ ਦਾ ਰਿਸਦਾ ਅੰਗੂਠਾ ਠੀਕ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਅੱਜ ਕਲ ਉਸ ਅਸਥਾਨ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਭੰਜਨੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਕਥਨ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਕਰਵਾਈ।

"ਪੂਰਨ ਤਾਲ ਖੁਦਾਇਆ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਚ ਜੇਤ ਜਗਾਵੇ।"

ਗੱਦੀ ਬਖਸ਼ਣੀ :- ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਤੇ ਗੁਰੂ ਬਣੇ, ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਹੀ ਭਾਈ ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੇ ਘਾਲ ਘਾਲੀ। ਲੋਕ ਲਾਜ ਛੱਡ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ। ਆਗਿਆ ਤੇ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਰਹੇ। ਕਦੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਕਿੰਤੂ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਥੜੇ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਪਰੀਖਿਆ ਵਿਚ ਪਾਸ ਹੋਏ। ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਧੀਰਜ ਦਾ ਪੱਲਾ ਨਾਂ ਛੱਡਿਆ। ਅੰਤ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਪਰਖ ਕਰ ਕੇ ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰਗੱਦੀ ਬਖਸ਼ੀ।

"ਇਹ ਜਨਕ ਰਾਜ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ, ਤੁਝ ਹੀ ਬਣ ਆਵੇ।" (ਭੱਟ ਕੱਲ ਸਾਰ)

ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸ ਜੀ ਸਨ ੧੫੭੪ ਵਿਚ ਗੱਦੀ ਤੇ ਬੈਠੇ ਅਤੇ ੭ ਕੁ ਸਾਲ ਹੀ ਜੁਮੇਦਾਰੀ ਸੰਭਾਲੀ।

ਮ੍ਰਿਤਸਰ ਰਹਾਇਸ਼ :- ਗੁਰ ਗੱਦੀ ਮਿਲਣ ਉਪਰੰਤ ਆਪ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਛੱਡ ਕੇ ਸਮੇਤ ਪਰਿਵਾਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਚਲੇ ਗਏ ਅਤੇ ਆਪ ਨੇ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਸ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਵਸਾਉਣ ਵੱਲ ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਤਜਾਰਤੀ ਸ਼ਹਿਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕੀਤੀਆਂ ਤੇ ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰ ਕੇ ਵਸਾਇਆ। ਅਕਬਰ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਪਿੰਡ ਵਿਚੋਂ ਚੱਕ ਬੰਦੀ ਕਰਕੇ ੫੦੦ ਬੀਘਾ ਜ਼ਮੀਨ ਬੀਬੀ ਭਾਨੀ ਦੇ ਨਾਂ ਲਗਾਈ ਗਈ। ਦੇਖਦੇ ਹੀ ਦੇਖਦੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਬਾਦੀ ਹੋ ਗਈ। ਭਾਈ ਬਹਿਲ, ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਤੇ ੫੨ ਕੀਤੀਆਂ ਦੇ ਲੋਕ ਉੱਥੇ ਵੱਸ ਗਏ। ਵਪਾਰੀ, ਕਾਰੀਗਰ ਤੇ ਜੌਹਰੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਥੇ ਆਪਣਾ ਪੱਕਾ ਟਿਕਾਣਾ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਇਹ ਸ਼ਹਿਰ ਵਸਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪਰਭਾਵ ਇਹ ਪਿਆ, ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਗਿਆ, ਕਿ ਧਰਮ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਭੀ ਕਾਇਮ ਰਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਵੇਓਪਾਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਉਹ ਆਰਥਕ ਪੱਖੋਂ ਭੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋ ਗਏ।

Introducing the nature of Ridhyaan, Sidhyaan and Nidhyaan..

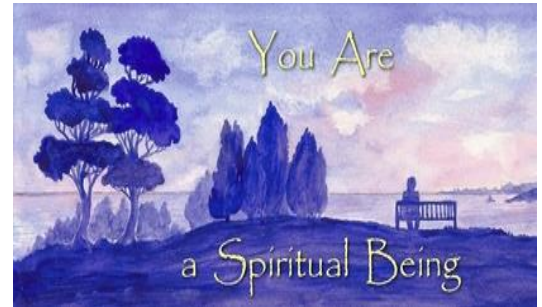
ਰਿੱਧੀਆਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਤੇ ਨਿੱਧੀਆਂ ਕੀ ਹਨ ? ਗੁਰਮਤ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ।

In Gurbani Guru Arjan Dev ji states:

ਨਵ ਨਿਧਿ ਸਿਧਿ ਰਿਧਿ ਦੀਨੇ ਕਰਤੇ ਤੇਟਿ ਨ ਆਵੈ ਕਾਈ ਰਾਮ ॥ M:5

Ang 783

The creator has given me the nine treasures, wealth and perfection, I lack nothing.



In this part we will compare and contrast human mind powers and spiritual powers to show the vital role of the spiritual treasures in attaining liberation or *Mukti* as taught by the Gurus.

Let us ask why do we learn new skills and study to acquire new qualifications and degrees from an early age? The answer is because the human mind is inquisitive and wants to acquire knowledge and mental powers and new skills in order to make life easy, and to make discoveries to advance humanity, with the use of machines and electronics to achieve progress in the materialistic world. The hunger for mental powers and progression never ends in all fields of human endeavour.

Well there is another aspect, other than mind and body needs, to living life to full, as we are spiritual beings with the spirit of the omnipresent Lord. In order to feel this spirit we have to learn to tap into our inner being, as there are spiritual powers and treasures in God realisation following a path of meditation (simran, remembrance) and prayers.

As we progress in mind and materialistic knowledge to acquire qualifications and skills through dedication and hard work, in the same way, with true spiritual practice we can get treasures and powers in our soul insight which can help us to rise above materialistic attachments and to realise the free inner being spirit.

There are spiritual powers in the wisdom of mind but there is a lot of confusion about the real spiritual treasures and mind powers. For example, magicians use magical powers to win people's confidence and trick them. This article is about the powers of spiritual treasures as given to us through the wisdom of the Sikh Gurus. It is very important to understand why the spiritual powers are important in the life of a gurmukh and how to acquire them through Bhagti Marg. First of all we must understand the difference in the real spiritual treasures and mind powers. The barrier of doubt must be removed which is like a layer of smoke between the mind and spirit. Until then, it is impossible to know about these spiritual treasures – nav nidh sidh ridh denay kartay. GOD gives the gurmukh gifts of (ridhyaan sidhyaan) spiritual

powers. It is very important for a Sikh to follow this spiritual path of Naam Simran because from the time of birth to death, the mortal being feels imprisoned, both in body and spirit. The biggest trap is the attachment to material (maya). Humans live a relatively short life and depart from the Earth, regardless of status; it is impossible to live forever. Our Gurus through Gurbani have shown us the way to liberation and live a truthful Spiritual life with the acquisition of gifts of Spiritual powers.

The true gursikhs get spiritual treasures and have a new soulful insight (ridhyaan sidhyaan). This is achieved with Naam simran. With these powers it is possible for the soul to fly out of the body and free itself from the imprisonment caused by attachment to maya.

The human desire to fly led to the invention of the aeroplane, after untiring efforts. In the same way our imaginative inner being may dream to be tiny so as to pass through the eye of a needle or to have a slippery magical blanket to move on mountains and valleys, that could help them to escape the traps of maya and body. There may also be wishes to be so heavy that no one can lift or move you, or to have powers to look into the minds of others. Humans have throughout the ages yearned for powers such as making stones float on water, our lives long or short, have control on others and earn wealth without hard work.

Let us try to analyse whether there are such powers or are they mythical. Surely science has proved that there are powers that man has used and made his dreams come true. These powers are available to the whole world to create materialistic inventions with, for example, electronics and computers. The scientists have left their legacy for the future generations which is available to all humans. The scientific inventions continue to make further progress to make physical life easy for humans on Earth.

Other than these types of powers there are mesmerism powers developed with will power, which are known to be helpful in the treatment of mental disorders. This power cannot be passed on to others and is very personal and addictive. There are laws of nature according to which when we work hard we can achieve our desired outcomes. For example, for man to be able to lift heavy weights, special training and diet are required with lots of exercise to make the body powerful and fit.

With hypnotism the mind is controlled and physical body comes into the control of the hypnotist. To acquire such powers, patience and the right mind-set is required. Here it is the law of compensation that works - the more practice you do the better results come out.

What is the difference between the right and wrong method in the field of achievement? The answer is to work hard with untiring effort, not just experimenting to acquire your desire without successful results and waste time and energy. In-order to obtain any new invention

or personal gain one must follow certain principles and knowledge, with right discipline. The light on which the success depends upon is our wisdom and perseverance. With following the right Spiritual practice and path, this can lead to inner treasures and the spirituality (*ਰਿੱਧੀਆਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਤੇ ਨਿੱਧੀਆਂ*) powers of the spirit, by practicing the correct discipline. For example, if you stand on the shore of a river and wish to cross it, this will be impossible just by reciting Naam as nothing is going to fall from the sky to assist you. You have to either take assistance from someone and use an already invented device or work hard to make something using your mind so that you are successful in achieving your desire.

Spiritual treasures (ridhyaan) are impossible without hard work, knowledge and rules of nature. If we want to be successful in the world the same principles are applicable as for new inventions. Science is making great progress in acquiring new inventions to assist human life and making it easy and wonderful. The worldly scientific benefits are experienced in the physical world and Waheguru's Naam is beneficial in another realm, that of the spirit world. There is an inestimable difference in the worth of these two treasures to the human; the worldly materialistic benefits are perishable, whereas the spiritual gains (sidhyaan tey Nou nidhyaan) stay in the soul spirit forever, as per the teachings of Gurbani.

Worldly gains are temporary in that even after spending millions on material inventions one cannot get total satisfaction. In fact, the materialistic gains can keep us bonded to them and trap us within the prison of attachment and the fear of losing them. Besides this, they can be destructive, as in the deployment of inventions such as dynamite which can inflict tremendous damage. With the materialistic inventions we experience comfort and convenience but with fears of potential accident and safety concerns. With maya gains, the ego tends to get inflated and one gets attached to the five evils.

How should we get rid of all these vices and gain blissful and satisfactory inner being and enjoy a peaceful life? The answer is, in our world there is the presence of Waheguru (Truth) which is the pervading force that has no other form and is limitless. Following the path of Sikhi the spiritual power is in the recitation of 'Naam' which has spiritual and truthful treasures (ridhyaan sidhyaan) and powers that can lead to the freedom of spirit and liberation (Mukti).

In the second part of this article we will look at how to achieve the spiritual powers with Bhagti Marg following Gurbani verses from our holy scripture, Guru Granth Sahib ji:

ਪ੍ਰਭੁ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਨਉ ਨਿਧਿ ॥ *M:5 Ang 264*

In the remembrance of God are wealth, miraculous spiritual powers and the nine treasures.

ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਗੁਰੂ ਕਾਲ ਦੇ ਮਹਾਨ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਮੰਨੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨਾਲ ਵਿਚਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਮਿਲਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਗੁਰਮਤਿ ਸਧਾਂਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਿਆ ਅਤੇ ਆਪ ਸਾਰੇ ਸਿੱਖ ਜਗਤ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਤਿਕਾਰੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ।

ਬਾਬਾ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਭਾਈ ਸੁਘਾ ਤੇ ਮਾਤਾ ਗੌਰਾਂ ਦੇ ਘਰ ੨੨ ਅਕਤੂਬਰ ੧੫੦੬ ਈਸਵੀ ਨੂੰ ਪਿੰਡ ਕਥੂ ਨੰਗਲ, ਜ਼ਿਲਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਨਾਂ ਬੁੜਾ ਰਖਿਆ ਗਿਆ। ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਪਸ਼ੂ ਚਾਰਦੇ ਸਨ। ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿੰਡ ਆਏ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਛਕੌਣ ਗਏ ਤਾਂ ਪਰਮਾਰਥ ਦੀਆਂ ਕੁਛ ਗੱਲਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਤੂੰ ਬੁੜਾ ਨਹੀਂ, ਬੁੱਢਾ ਹੈਂ। ਇੱਕ ਮਨ ਹੋ ਕੇ ਨਾਮ ਧਿਆਵੇਗਾ ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਕਲਿਆਣ ਹੋਵੇਗਾ।" ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਨਾਂ ਹੀ ਬੁੱਢਾ ਪੈ ਗਿਆ।



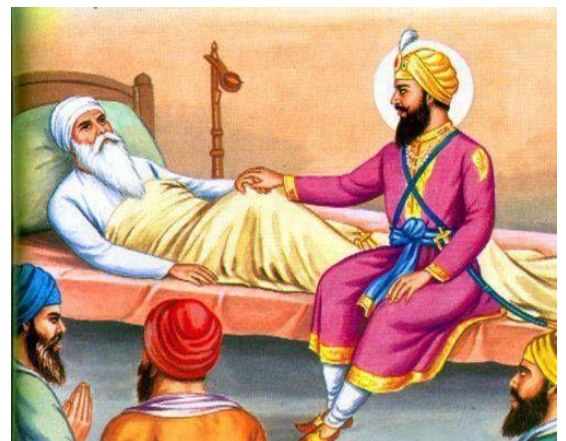
ਆਪ ਦਾ ਜੀਵਨ ਇੱਕ ਗੁਰਸਿੱਖ ਵਾਲਾ ਸੀ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਗਾਉਂਦੇ, ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹਦੇ ਤੇ ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਦੇ। ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦੇ। ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਖਤਮ ਕਰਕੇ ਕਰਤਾਰ ਪੁਰ ਆ ਕੇ ਵੱਸ ਗਏ ਤਾਂ ਬਾਬਾ ਜੀ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਕੀਰਤਨ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਸੁਣਨ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਭਾਈ ਲਹਿਣਾ ਨੂੰ ਗੁਰ ਗੱਦੀ ਦਾ ਤਿਲਕ ਬਾਬਾ ਜੀ ਪਾਸੋਂ ਹੀ ਲਗਵਾਇਆ ਸੀ, ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਲਗਨ ਦੇਖ ਕੇ "ਤੈਥੋਂ ਉਹਲੇ ਨਾਂ ਹੋਸਾਂ" ਦਾ ਵਰ ਦਿੱਤਾ।

ਸਰੋਵਰ ਦੀ ਖੁਦਾਈ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੀ ਸਾਰੀ ਜ਼ੁਮੇਦਾਰੀ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੌਂਪੀ ਗਈ ਸੀ। ਬੇਰੀ ਦਾ ਰੁੱਖ, ਜਿਸ ਥੱਲੇ ਬੈਠ ਕੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਆਪਣੀ ਜ਼ੁਮੇਦਾਰੀ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਸਨ, ਸਰੋਵਰ ਦੇ ਕੰਡੇ ਅਜੇ ਵੀ ਖੜਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਾਬੇ ਬੁੱਢੇ ਦੀ ਬੇਰੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ ਉਪਰੰਤ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਰਜ ਵਾਸਤੇ, ਪਿੰਡ ਝਬਾਲ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ। ਉਸ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਇੱਕ ਸਿੱਖ ਨੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਜਮੀਨ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਇਸ ਅਸਥਾਨ ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰੁੱਖ ਤੇ ਘਾ ਉੱਗੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਘੋੜੇ ਤੇ ਗਈਆਂ, ਮੱਝਾਂ ਰੱਖੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਚੰਗੀ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਥੇ ਆ ਕੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ। ਇਹ ਅਸਥਾਨ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਦੀ ਬੀੜ ਵੱਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗਾ। ਇਥੇ ਇੱਕ ਆਲੀਸ਼ਾਨ ਗੁਰਦਵਾਰਾ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੇਟੇ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਜੀ ਨੂੰ ਉੱਥੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਪਾਸੋਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਸ਼ਿਕਸ਼ਾ, ਘੋੜ ਸਵਾਰੀ ਤੇ ਸ਼ਸਤਰ ਵਿਦਿਆ ਸਿੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਭੇਜਿਆ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸਰਬ ਕਲਾ ਸੰਪੂਰਨ ਕੀਤਾ, ਤੇ ਸ਼ਸਤ੍ਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬਚਾਹ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਸਮਝਾਏ।

ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਬਹੁਤ ਨਿਰਬਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਤੇ ਅੰਤ ਨੇੜੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਜਾਣ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ। ਮਿਰਤੂ ਸਮੇਂ, ਗੁਰੂ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਾਸ ਪੁੱਜੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਸਨ ੧੬੩੧ ਵਿਚ ੧੨੫ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਭੋਗ ਕੇ ਸਰੀਰ ਛੱਡਿਆ। ਧੰਨ ਜਨਮ ਉਸ ਗੁਰਸਿੱਖ ਦਾ, ਜਿਸ ਨੇ ਛੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀਆਂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤੇ ਤੇ ਰੱਜ ਕੇ ਸਿੱਖੀ ਕਮਾਈ।



ਬਾਬਾ ਬੁੱਲੇ ਸ਼ਾਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਨਦੀ ਤੇ ਜਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉੱਥੇ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਔਰਤ ਗਾਜਰਾਂ ਵੇਚਣ ਆਇਆ ਕਰਦੀ ਸੀ। ਉਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਟੋਕਰਾ ਭਰ ਕੇ ਗਾਜਰਾਂ ਲੈ ਆਉਂਦੀ ਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਵੇਚ ਕੇ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਖਾਸ ਗੱਲ ਇਹ ਸੀ, ਕਿ ਉਹ ਨਾਂ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਚੁਗਣ ਦਿੰਦੀ ਸੀ, ਤੇ ਨਾਹੀ ਹੱਥ ਲਗਾਉਣ ਦਿੰਦੀ ਸੀ। ਇਕ ਪਾਸਿਉਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਕੇ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਇਕ ਦਿਨ ਬੁੱਲੇ ਸ਼ਾਹ ਦੀ ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਹੱਦ ਨਾ ਰਹੀ, ਜਦ ਉਸਨੇ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਗਾਜਰਾਂ ਲੈਣ ਆਇਆ ਤੇ ਆਪ ਟੋਕਰੇ ਵਿਚੋਂ ਗਾਜਰਾਂ ਚੁੱਕਣ ਲੱਗਾ। ਸਗੋਂ ਉਸ ਤੀਵੀਂ ਨੇ ਆਪ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਗਾਜਰਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਨੌਜਵਾਨ ਗਾਜਰਾਂ ਲੈ ਕੇ ਚਲਾ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਬੁੱਲੇ ਸ਼ਾਹ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁਛਿਆ, ਕਿ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਉਸ ਨੇ ਇਸ ਗਾਹਕ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਪ ਉਸ ਨੂੰ ਗਾਜਰਾਂ ਚੁਗਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ?

ਔਰਤ ਨੇ ਜੁਆਬ ਦਿੱਤਾ, "ਬੁੱਲੇ ਸ਼ਾਹ, ਇਹ ਮਰਦ ਮੇਰਾ ਪਤੀ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਪਿਆਰ ਹੋਵੇ ਉੱਥੇ ਗਿਣਤੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰੀਦੀਆਂ। ਮੈਂ ਉਸ ਪਾਸੋਂ ਪੈਸੇ ਭੀ ਨਹੀਂ ਲਏ, ਅਤੇ ਗਾਜਰਾਂ ਚੁਗਣ ਵਿਚ ਉਸਦੀ ਮਦਦ ਭੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।"

ਇਹ ਸੁਣ ਕੇ ਬਾਬਾ ਬੁੱਲੇ ਸ਼ਾਹ ਸੋਚਣ ਲੱਗ ਪਿਆ, ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਗੱਲ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਮਣਕਿਆਂ ਵਾਲਿਆਂ ਮਾਲਾ, ਜੋ ਉਸ ਨੇ ਪਹਿਨੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ, ਲਾਹ ਕੇ ਨਦੀ ਵਿਚ ਸੁਟ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝ ਆ ਗਈ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਅੱਜ ਤਕ ਗਿਣਤੀਆਂ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣਾ ਹੰਕਾਰ ਹੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਅੱਲਾਹ ਦੀ ਇਬਾਦਤ ਕਰਦਾ ਸੀ, ਮਾਲਾ ਦੇ ਹਰ ਮਣਕੇ ਨੂੰ ਉਂਗਲੀਆਂ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ, ਜ਼ਬਾਨ ਨਾਲ ਅੱਲਾਹ ਬੋਲਦਾ ਸੀ, ਤੇ ਮਾਲਾ ਪੂਰੀ ਕਰ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਕਿ ਉਸ ਨੇ ੧੦੮ ਵਾਰੀ ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਂ ਪੁਕਾਰਿਆ ਹੈ। ਪਿਆਰ ਵਾਲੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਕੋਈ ਇਬਾਦਤ ਕੀਤੀ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਸੱਚਾਈ ਤਾਂ ਇਹ ਹੀ ਹੈ, 'ਜਿਨ ਪ੍ਰੇਮ ਕਿਉ ਤਿਨ ਹੀ ਪ੍ਰਭ ਪਾਇਓ' ਅਤੇ 'ਪ੍ਰੇਮ ਵਾਲੀ ਗਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ-ਕੋਈ ਲੰਘਦਾ'।



Results of the Panjabi School

School Admissions start from 5th Sept 2021.

We are also proud to announce the results of our successful students – **Congratulations!**

A Level Results

ਹੀਮੀਕਾ ਕੌਰ	A*
ਤਨਮਨਪਰੀਤ ਕੌਰ ਲੂਥਰਾ	A
ਹਰਲੀਨ ਕੌਰ	B
ਦਵੀਂਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਗਰੇਵਾਲ	A
ਕੁਲਵੀਂਦਰ ਸਿੰਘ ਗੱਬਾ	A
ਮਨੀਕ ਸਿੰਘ ਤਮਬਰ	A
ਰਵੀਂਦਰ ਸਿੰਘ ਪਨੇਸਰ	B

GCSE Results

ਗੁਰਪਰੀਤ ਕੌਰ ਗੁਲਾਟੀ	Grade 9 (Equivalent to A*)
Gurpreet also obtained Distinction in her Panjabi speaking examination	

1. What are the physical health benefits of mindfulness?

Mindfulness provides you with the ability to scan your inner landscape, thus you are able to gauge early if something is not right. You will never end up with a chronic illness without realising for years and months if you are practicing mindfulness. The best thing is, you can practice mindfulness while doing your regular exercise and get your body and mind fit at the same time.

When we meditate on Waheguru's naam, it brings awareness and vigilance. A few people find their minds turn inwards with ease and settle naturally into stillness, but the vast majority of us need to employ techniques to help quieten our minds and achieve that meditative state of tranquillity and stillness. As this state becomes more familiar, it also becomes easier to attain.

The process of self-healing is the privilege of every being. Self-healing is not a miracle, nor is self-healing a dramatization of the personality as though you could do something superior. Self-healing is a genuine process of the relationship between the physical and the infinite power of the soul. It is a contract, a union. It is activated when we do naam simran and persevere.

ਅਉਖਧ ਮੰਤ੍ਰ ਮੂਲ ਮਨ ਏਕੈ ਜੇ ਕਰਿ ਦ੍ਰਿੜ ਚਿਤ੍ਰ ਕੀਜੈ ਰੇ॥

SGGS Ang 156

There is only one remedy and mantra to eradicate all the diseases (mind or body), to constantly meditate on Waheguru's Naam.

2. What is your understanding of the difference between mindfulness and concentration?

Concentration consists of forcing the mind to remain on one static point.

Mindfulness picks the objects of attention, and notices when the attention has gone astray. It then gently guides it back to the object of attention.

My 11 year old son sits in front of "his device", completely focused on the game for hours on end. While he is certainly very concentrated, I'd suggest that he's not being very mindful, as he doesn't appear to have any awareness of his body, his inner experience or of what's going on around him. So, in itself concentration is not necessarily a positive state of mind while mindfulness is.

Concentration always needs a target. When we concentrate on Waheguru's naam, it brings bounty of happiness and peace, while concentration itself does not produce any fruit if unguided. Gurbani urges us to concentrate on Waheguru's naam so we can lose all our bodily and mental diseases.

ਜਿਨਾ ਇਕ ਮਨਿ ਇਕ ਚਿਤਿ ਧਿਆਇਆ ਸਤਿਗੁਰ ਸਉ ਚਿਤ੍ਰ ਲਾਇ ॥ ਤਿਨ ਕੀ ਦੁਖ ਭੁਖ ਹਉਮੈ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਗਇਆ ਨਿਰਦੋਖ ਭਏ
ਲਿਵ ਲਾਇ ॥

SGGS Ang 1423

One who takes Waheguru's Naam with full concentration, finds eternal bliss, and loses the hunger for worldly treasures and the biggest disease of ego. They become pure without faults.



Bhadon is the sixth month of the Nanakshahi calendar and the Panjab calendar. This month coincides with Bhadra in the Indian National calendar. It begins on the 16th August to 14th September. In India it occurs during the monsoon season, hence during the time for indoor safe stay, as sheets of heavy rain pour down from the darkened sky. Wetlands overflow with green vegetation in abundance. All the animals are joyful; everything is alive, like every other season. It is time for everyone to enjoy nature's colours and the love of our Husband-Lord, Waheguru.



Guru Arjun Dev ji shows us in his Bani Bhara Maha, in Sri Guru Granth Sahib, on Ang 134.

ਭਾਦੁਇ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਣੀਆ ਦੂਜੈ ਲਗਾ ਹੇਤੁ ॥

In the month of Bhaadon, she is deluded by doubt, because of her attachment to duality.

ਲਖ ਸੀਗਾਰ ਬਣਾਇਆ ਕਾਰਜਿ ਨਾਹੀ ਕੇਤੁ ॥

She may wear thousands of ornaments, but they are of no use at all.

ਜਿਤੁ ਦਿਨਿ ਦੇਹ ਬਿਨਸਸੀ ਤਿਤੁ ਵੇਲੈ ਕਹਸਨਿ ਪ੍ਰੇਤੁ ॥

On that day when the body perishes-at that time, she becomes a ghost.

ਪਕੜਿ ਚਲਾਇਨਿ ਦੂਤ ਜਮ ਕਿਸੈ ਨ ਦੇਨੀ ਭੇਤੁ ॥

The Messenger of Death seizes and holds her, and does not tell anyone his secret.

ਛਡਿ ਖੜੋਤੇ ਖਿਨੈ ਮਾਹਿ ਜਿਨ ਸਿਉ ਲਗਾ ਹੇਤੁ ॥

And her loved ones-in an instant, they move on, leaving her all alone.

ਹਥ ਮਰੇੜੈ ਤਨੁ ਕਪੇ ਸਿਆਹਹੁ ਹੋਆ ਸੇਤੁ ॥

She wrings her hands, her body writhes in pain, and she turns from black to white.

ਜੇਹਾ ਬੀਜੈ ਸੇ ਲੁਣੈ ਕਰਮਾ ਸੰਦੜਾ ਖੇਤੁ ॥

As she has planted, so does she harvest; such is the field of karma.

ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਸਰਣਾਗਤੀ ਚਰਣ ਬੋਹਿਥ ਪ੍ਰਭ ਦੇਤੁ ॥

Nanak seeks God's Sanctuary; God has given him the Boat of His Feet.

ਸੇ ਭਾਦੁਇ ਨਰਕਿ ਨ ਪਾਈਅਹਿ ਗੁਰੁ ਰਖਣ ਵਾਲਾ ਹੇਤੁ ॥

Those who love the Guru, the Protector and Savior, in Bhaadon, shall not be put into hell.

This month is auspicious for spiritual practices, however the seeker who has forgotten 'the path' finds no joy. He is in doubt, for he has forgotten the love of the Lord.

Forgetfulness is Darkness, Remembrance (Simran) is Light.

Guru ji in the Bhara Maha bani says that our luck and destiny depend on 'what we sow so shall we reap'. Nanak says: those who take the support of Guru and Bani shall not be put into hell after death. Because with the Guru's grace and blessings they take the sanctuary of Waheguru and in return are taken on the boat, at the feet of the Guru. They are saved.



Hounslow Greentalk

Hounslow has more than 350 tree species and over 120,000 trees that are owned and managed by the Council – and that number is growing.

Residents can help make a difference by adopting a tree with Hounslow Greentalk.

By adopting a newly planted tree, you're not just helping to look after it but also improving your local neighbourhood by making it greener.

Hounslow Greentalk is a brand-new online platform that maps our urban forest and lets the residents explore the green spaces. Use Greentalk to create green walking, running or cycling routes or find some of the oldest trees in Hounslow.

Nothing to do on a Friday night..?

Why not become a Wildlife Detective. The walk will take place at Boston Manor Park on 27 August, and is suitable for ages 7 years and over. The walk starts at 8:30 pm, booking is essential, and is free. Email Countryside@hounslow.gov.uk for booking and further information.

TW3 Event 29 August

The event will be held in Bell Square. It is a free event. Performances will be by Dhol Foundation and Steel Pan Agency. The times (subject to change!) are :

Dhol Foundation: 12:00-12:30

Steel Pan Agency: 12:35-13:20

Dhol Foundation: 14:15-14:45

Steel Pan Agency: 14:45-15:30

Dhol Foundation: 15:30-16:00

Views of the Gurdwara Bagh

Transformed environment by sevadaar dedication!



SIKH ASSISTED MARRIAGES

Application forms for this service are available from the Gurdwara. The completed application form and a passport size photograph, with a non-refundable **registration fee of £50** (cheques payable to Sri Guru Singh Sabha) should be sent to: The Matrimonial Service, Gurdwara Sri Guru Singh Sabha, Alice Way, Hanworth Road, Hounslow, Middlesex. TW3 3UA

Participants must be registered on our matrimonial database to benefit from this service.

Personal and telephone enquiries are welcome as follows:

Monday – Sunday

10:00am – 2:00pm

Telephone Enquiries: **020 8814 6701**

All information will be strictly confidential and sincere efforts will be made in good faith to introduce interested parties. The management of the Gurdwara will not be responsible morally, legally, or otherwise, for any alleged act of negligence, omission, or commission by either of the parties concerned, nor will it be able for any legal action.

The Gurdwara current list of our matrimonial partners appears below.

MALES

<i>Ref No</i>	<i>Birth Date</i>	<i>Academic Qualification</i>	<i>Present Employment</i>	<i>Height</i>
2891	06/09/92	BA(hons) Business & Computing	Finance Officer-LBH Council	5' 07"
2892	06/11/87	BSc(hons) Pharmaceutical Science	Manager at Pharmaceutical co.	5' 10"
2893	20/05/84	MBBS, FRCR	NHS Consultant	5' 09"
2895	28/11/92	BSc Economics, Chartered Accountant	Financial Analyst	5' 08"
2896	02/04/92	BSc Computer Science	IT Consultant	6' 01"
2897	18/05/92	BDS, MJDF	Associate, on specialist training	5' 08"
2898	17/07/88	BSc Economics, Chartered Accountant	International Tax Director	6' 00"
2899	05/07/89	MSc Financial Mathematics	IT Contractor	5' 10"
2900	18/12/81	BSc(hons) Computer Science	IT Business Analyst	5' 11"
2901	16/11/94	BA Economics	Management Accountant	5' 10"
2902	08/05/81	A Levels	Managing Director	5' 07"
2903	02/09/91	Engineering degree Construction	Estate Agent-own business	6' 00"
2904	01/04/88	CIMA (part qualified)	Management Accountant	5' 11"
2905	10/05/85	A Levels, Diploma	Renault	5' 05"
2906	30/07/93	BA Hospitality & Management	Business Owner	5' 09"
2907	15/09/88	BA Accounting & Finance	Manager, EE Mobile Co.	5' 08"
2908	05/11/91	LLB	Lawyer	6' 02"
2909	22/02/93	BDS	Dentist	6' 00"
2910	17/04/94	BDS Dental Surgery	Dentist	6' 01"
2911	25/04/94	MBBS, BSc(hons)	NHS Hospital Doctor	5' 08"
2912	19/03/95	Dip.General Nursing, stdy BSc Health	Health Care Assistant	5' 08"
2913	20/03/91	BSc Mathematics	Chartered Accountant	6' 02"
2915	26/08/93	BSc Computing	Senior Manager-Local Gov.	5' 07"
2916	01/07/90	BSc Maths, Chartered Accountant(ICAS)	Investment Management	5' 11"

2917	26/04/88	A Levels	Aviation	5' 07"
2918	09/06/77	College	British Airways	6' 01"
2919	24/08/93	MSc Systems Engineering	Software Developer	5' 08"
2920	17/07/95	BA Business Studies	Customer Services	6' 03"
2921	21/10/81	BDS, MJDF, RCS(eng) PGCMDE	Principle Dentist	5' 11"
2923	09/10/87	B Eng (civil Engineering)	Property Developer	6' 02"
2924	02/11/74	B Eng MSC	Senior Project manager	5' 09"
2925	03/12/94	BA Econ & Politics MSC Real Estate	Corporate Investments	5' 11"
2926	30/01/94	BA Finance and CIMA	Accountant	6' 03"
2927	26/05/91	Bsc Business Studies	IT Consultant	6' 02"
2928	09/11/91	BSc Economics, Chartered Accountant	Chartered Accountant	6' 02"
2929	07/06/84	BSc, MSc Computer Sci.	Ops. Director Family business	5' 1½"
2930	01/04/91	BA Accounting & Finance, ACCA	Business Analyst	6' 01"
2931	15/08/89	BSC(hons), PGCE,, NPQML	Maths Specialist Teacher	5' 10"
2932	15/11/86	MSc Information Technology, MBA	Senior Software Architect	5' 11"
2933	15/10/74	GCSE, BTEC Business & Finane	British Airways	5' 10"
2934	11/02/94	BSc(hons) Biochemistry, Dentistry	-	5' 08"
2935	17/10/91	BSc (hons)	Actuary	5' 10"
2936	19/06/94	BSc Consumer Behaviour & Marketing	Financial Writer	5' 11"
2937	14/04/90	CIMA Qualified Accountant	Senior Finance Analyst	5' 10"
2938	26/07/90	MBBS, FRCR	Hospital Doctor-ST5 final yr	5' 10"
2939	26/08/95	BDS	Dentist-self employed	5' 9.5"
2940	29/07/94	BSc(hons), MBBS	NHS Hospital Doctor	5' 10"
2941	19/01/89	BSc Business Management	Online Sales at Sky TV	6' 00"
2942	27/05/92	BSc(hons), PGDiP	Architect	5' 09"
2943	22/01/88	MBBS, BSC(hons), FRCR	Radiology Consultant	5' 10"
2944	12/08/95	Dispensing Optician	Store Manager-Specsavers	5' 11"
2945	30/01/90	Carpentry	Property Management	5' 06"
2946	11/10/94	BSc, ACA	Chartered Accountant	5' 09"
2947	26/09/82	Accountancy	Own Business- EstateAgency	5' 11"
2948	25/02/93	BA(hons) Airline/Airport Management	Regional Education Manager	5' 11"
2949	19/05/95	MBChB	Junior Doctor	6' 00"
2950	28/08/93	MSc Quantity Surveying	Covid Trace & Track Admin.	6' 02"
2951	08/04/91	BSC(hons) Economics	Risk Consultant	6' 01"
2952	20/05/87	Degree Building Surveying	Senior Risk Officer	5' 09"
2953	25/04/88	M Eng Materials Sci. & Eng., ACA	Senior FinanceBusiness Partner	5' 09"
2954	16/03/86	MSc Structural engineer, B Eng(hons)	Project designer	5' 10"
2955	07/10/88	BSc Pharmacy	Own Pharmacy Business	6' 01"
2956	26/04/97	Degree Maths & Physics	Policy Advisor in Civil Service	6' 02"
2957	06/02/90	MBBS	NHS Doctor	6' 02"
2958	18/03/90	Charter Accountant	British Gas	5' 08"
2959	27/10/89	BSc Maths & Management	Senior Commercial Analyst	5' 06"
2960	20/09/79	BSc, MSc Info. Security	Business Owner	5' 10"
2961	11/12/90	BSc(hons) Computer Science	Automation Engineer	6' 00"
2962	01/08/79	BSc IT Computer Studies	IT Engineer	5' 08"
2963	25/09/88	BA Sociology, GDL, LPC	Solicitor	5' 10"
2964	24/01/93	Degree Civil Engineering	Senior Quantity Surveyor	6' 00"
2965	19/02/90	BSc(hons), MSC Computer Science	Senior Software Engineer(ARM)	5' 07"

2966	03/09/87	MSc Computer Science	End Point Clinical IT Consultant	5' 10"
2967	23/03/88	BA(hons); ACCA Chartered Accountant	Finance Project Manager	5' 09"
2968	18/09/88	MBBS	Psychiatrist (Specialist Doctor)	5' 08"
2969	09/04/96	BSc(hons), MSc(hons)	Educational Supp./Private tutor	5' 07"
2970	15/12/94	BSc(hons) Quantity Surveying	Quantity Surveyor Comm. Mngr	6' 00"
2971	27/07/88	Medical Doctor	NHS	6' 00"
2972	28/07/92	MD Master of Medicine	Senior House Officer	5' 06"
2973	28/04/93	BSc(hons) Media Studies	Intermediate Level Programme	5' 09"
2974	09/12/87	BA, ACA	Chartered Accountant	6' 02"
2975	13/03/87	BSc Finance & Accounting	Management AccountingAnalyst	6' 00"
2976	29/09/84	MBBS	GP Doctor	5' 06"
2977	26/11/82	LLB	Lawyer	5' 09"
2978	15/03/91	Degree Computer Studies	IT Analyst	5' 03"
2979	23/11/82	B Eng Computer Systems Engineering	Technical Presales Consultant	5' 09"
2980	28/06/86	B Eng(hons) Electronic Engineering	Aerospace Design Engineer	5' 06"
2981	27/06/89	BA Econ & History, MA Management	Demand Planner	5' 10"
2982	06/07/93	BSc Biomedical Science	Biomedical Scientist	5' 07"
2983	28/10/95	Degree	Engineer	6' 01"
2984	10/01/92	BDS Dentist	Self Employed	6' 00"
2985	19/04/84	BA economics, IMA Chartered Account	Snr Commercial Finance Anlyst.	5' 09"
2986	26/11/89	Bachelors Degree	Associate Director, Restructuring	6' 00"
2987	11/12/84	A Level, College Level	Estate Agent - Own Business	5' 11"
2988	13/01/91	MEng Chemical Engineering	Software Engineer	5' 10"
2989	21/03/93	M Pharm	Pharmaceutical Industry/NHS	6' 03"
2990	02/06/79	MBChB, General Practioner	GP	5' 10"
2991	26/06/81	BSc Computer Info. Systems	Senior IT Consultant	5' 09"
2992	31/12/87	LLB (hons) MA Law	Corporate/Commercial Lawyer	5' 08"
2993	21/05/88	AS A Level	Account Manager-Senior	6' 00"
2994	04/02/94	BSc Sci. MSc Business Technology	Contracts Manager	6' 02"
2995	22/02/87	MBBS, BSc(hons)	Doctor	6' 00"
2996	26/09/96	graduate in Mathematics	Delivery Driver	5' 07"
2997	04/02/88	LLB(hons), LPC Law	Associate Director,Finance Bank	6' 00"
2998	30/01/92	BDS	Associate Dentist	6' 01"
2999	19/03/92	BA Economics	Management Account	6' 03"
3000	09/09/89	BSc Economics	Project Manager	5' 08"
3001	17/09/84	BSc(hons) Software Engineering	Neywork Engineer	5' 10"

F E M A L E S

<i>Ref No</i>	<i>Birth Date</i>	<i>Academic Qualification</i>	<i>Present Employment</i>	<i>Height</i>
9271	28/01/89	BSc(hons), MSc, MBA	NHS England-Senior Director	5' 04"
9272	22/12/93	BSc, Masters degree	recruitment Consultant	5' 03"
9273	18/12/93	Masters International Studies	Civil Services	5' 03"
9274	17/11/86	BM Bmed sci(hons)	NHS Doctor	5' 05"
9275	13/09/80	Masters	Account Director	5' 03"

9276	22/03/86	Degree Business Economics	Strategy&Digitilisation Manager	5' 04"
9277	24/09/85	BA Business Management	British Gas, p/t study	5' 04"
9278	25/05/89	Masters Mathematics	Actuary	5' 07"
9279	28/03/88	CACHE Diploma Childcare	Radiology Assistant-NHS Hosp.	5' 06"
9280	21/10/93	CACHE Level 3 Dip. Nursery Nurse	Local School	5' 00"
9281	06/07/91	BSc(hons), ICAEW ACA	Group Financial Accountant	5' 10"
9282	04/06/92	M Pharm	Pharmacist	5' 07"
9283	04/02/97	BSc, McOptom	Optometrist	5' 03"
9284	12/05/86	BA(hons)	SVP Creative & Content	5' 08"
9285	21/06/82	BSc(hons)Business Management, CIPDHR Manager		5' 04"
9286	30/01/88	BDS	Dentist	5' 00"
9287	20/08/85	BSc Optometry	Optician	5' 06"
9288	25/12/85	MBChB, MRCP	Doctor Senior Registrar	5' 06"
9289	19/01/93	MBBS, BSc(hons)	Doctor	5' 02"
9290	29/08/88	LLB	Contract Manager	5' 05"
9291	31/07/91	BSc(hons) McOptom	Optometrist	5' 07"
9292	12/02/87	BSc(hons), CIPFA	Accountant	5' 02"
9293	12/09/91	MPharm	Pharmacist	5' 04"
9294	28/05/93	LLM, Postgraduate	Solicitor	5' 06"
9295	13/07/91	Deg. Accountancy/Finance, stdy ACA	Bank- Finance Management	5' 04"
9296	30/11/92	BA(hons) Business	HR	5' 07"
9297	10/11/78	BA(hons) Fashion Design	Reference Co-ordinator, HR	5' 04"
9298	24/08/84	MBChB, PhD	Doctor in NHS	5' 04"
9299	09/11/96	BSc Accounting, ACA	Accountant	5' 04"
9300	12/04/84	PostGraduate	Education Welfare Officer	5' 04"
9301	16/06/95	Foundation Deg. Pharmaceutical Sci.	NHS Pharmacy Technician	5' 05"
9302	22/12/91	Adv Apprenticeship L2,3,4 Childcare	Deputy ManagerPrivate Nursery	5' 01"
9302	14/08/75	BSc(hons), MBA, PhD	Associate Director-Gen. Med.	5' 07"
9304	16/06/96	MBBS, BSc(hons)	NHS	5' 07"
9305	04/12/86	LLB, PGCE	Teacher	5' 03"
9306	04/12/81	MSc Physics	Research Scientist	5' 09"
9307	16/09/96	Bsc Maths and Economics	Technical Business Analyst	5' 03"
9308	29/03/79	BSc(hons) Pharmacology	Senior manager	5' 07"
9309	21/07/92	BDS	Orthodontist	5' 04"
9310	09/02/92	BSc Biomedical Science	Clinical Trials Data Manager	5' 05"
9312	28/08/92	BSc(hons),ACA Chartered Accountant	International Tax Advisor	5' 09"
9313	13/07/88	BSc(hons) Computer Science	IT Incident Analyst	5' 05"
9314	26/05/81	BSc,ACA(fellow)Chartered Accountant	Director of Policy	5' 04"
9315	12/06/84	BSc(hons),ACCA Chartered Account.	Senior Financial Analyst	5' 07"
9316	08/02/86	LLB, LLM	Lawyer	5' 06"
9317	05/06/96	MBBS	Junior Doctor(2nd year)	5' 08"
9318	05/09/92	BSc, MBBS	Doctor in Hospital	5' 06"
9319	05/08/95	Dentist	-	5' 03"
9320	27/02/86	BSc Business Info. & Technology	Systems Analyst	5' 04"
9321	16/09/93	MBChB(hons), BSc(hons)	Doctor	5' 03"
9322	09/08/95	LLB(hons) Law	Legal Advisor, Civil Service	5' 5½"
9323	03/01/78	6 GCSE A-C	Learning Support Assistant	5' 00"
9324	29/09/92	Commercial Pilot Licence	Pilot	5' 05"

9325	03/12/93	BSc(hons), ACCA	Management Accountant	5' 07"
9326	26/07/92	Degree(hons) Economics & Finance	Senior Risk Analysis	5' 04"
9327	13/03/91	MBBS, BSc(hons)	NHS Hospital Doctor	5' 07"
9328	21/02/95	Deg. Finance/Accounting/Bus. Std.	working in Bank-Finance Dept	5' 04"
9329	03/07/93	MBBS, BMedSc	NHS Doctor	5' 06"
9330	12/11/83	Solicitor	Solicitor	5' 04"
9331	10/10/91	BSc Economics&Financa, ACCA	-	5' 04"
9332	25/11/93	DDS-Dentist	self employed	5' 08"
9333	23/08/95	LPC LLM	Trainee Solicitor	5' 02"
9334	10/07/86	MA	Teacher	5' 10"
9335	20/08/94	MBBS, BSc(hons)	Doctor	5' 05"
9336	01/03/88	MBBS Doctor	GP	5' 04"
9337	09/07/93	M Pharm	Hospital Pharmacist	5' 06"
9338	18/02/77	Masters	Learning & Development HSBC	5' 06"
9339	19/05/90	MSc(hons) Molecular Medicine	Scientist	5' 05"
9340	04/04/93	BA Business Management	Retail Management Manager	5' 01"
9341	12/03/93	BDS(hons)	Dentist	5' 02"
9342	14/02/95	BSc(hons) Maths, PGDip Education	Teacher	5' 06"
9343	08/03/80	Degree Business & Marketing	Administrator in Law firm	5' 02"
9344	26/03/91	Mc Optom	Optometrist	5' 03"
9345	27/11/81	BSc Math&Management, ACA	Director	5' 06"
9346	21/05/84	CIPD Level 5	HR Assistant	5' 06"
9347	08/08/90	BSc Computer Sci & Accountancy	Senior Fixed Income Analyst	5' 08"
9348	30/11/88	BSc(hons); MPharm,MRES Immunology	Pharmacist	5' 07"
9349	10/06/95	BSc(hons), MSc Pharmaceutical Quality	Manufacturing Investigator	5' 05"
9350	01/08/92	Master Chemical Engineering	Project Manager	5' 01"
9351	04/02/94	BSc Finance	Investment Banking	5' 08"
9352	25/10/84	LLB	Lawyer	5' 05"
9353	15/08/91	BSc(hons) Information Systems	Business Analyst	5' 05"
9354	05/06/89	BA(hons) Finance, Maths& Stats	Reach Programme Administrator	5' 10"
9355	02/10/90	BA(hons) Business Management	self employed/business owner	5' 06"
9356	06/11/88	MSc, MSc, BSc	Physician Associate/NHS Hosp.	5' 02"
9357	13/03/90	BSc Mathematics	Chartered Account/Consultant	5' 05"
9358	17/11/83	BA(hons) HRM/Marketing	Human Resources Busi. Partner	5' 04"
9359	14/03/90	LLB	Solicitor	5' 02"
9360	24/02/91	BA Business and Finance	Bank Officer	5' 04"
9361	23/05/86	BA(hons) Economics	Investment Banking Analyst	5' 06"
9362	14/01/93	BSc(hons), Maths/Business Mgmt	Tax Advisor	5' 05"
9363	02/06/95	BSc Neuroscience, MSc Mental Health	Medical Advisor Pharm. Industry	5' 00"





ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥



One Universal Creator God, Realised By the Grace of The True Guru

FREE ADVICE SERVICES AT THE GURDWARA

SERVICE	Location	Rate	Day	Time
Sikh Assisted Marriage Service	1st Floor Building	Please see updated times on Page 4.		
Legal Advice	Ground Floor New Annexe	This service has been discontinued.		
General Enquiries Office	Ground Floor Main Bldg	Please see updated times on Page 4.		
Metropolitan Police	Ground Floor Main Bldg	Suspended.		
Home Office Immigration Enforcement (formerly UK Border Agency)	Ground Floor New Annexe			
Financial Advice & Estate Planning	Ground Floor New Annexe			
Disability Network Hounslow	Ground floor New Annexe			
Gurdwara Wellbeing Centre	Ground floor Main Bldg	Suspended.		
Gurdwara Healthy Walks	Meet Ground Floor Foyer Main Bldg			
Bereavement Service				
Drug & Alcohol Addiction Service				

Disability Network Hounslow
Every Friday, 10:00am-3:00pm
starting **Friday 3rd Sept 2021**

Please note these regular Gurdwara Services are gradually being reintroduced, starting with the Disability Network Hounslow, on 3 September 2021.

A&G WINDOWS LTD

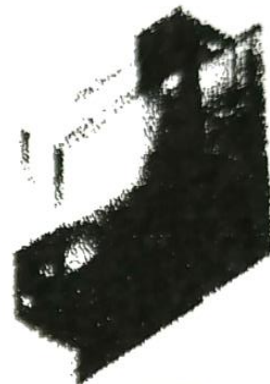
WE WILL BEAT ANY
WRITTEN QUOTATION
Trade enquiries welcome

FREE ESTIMATES THE QUALITY CONSERVATORY, WINDOWS AND DOORS COMPANY

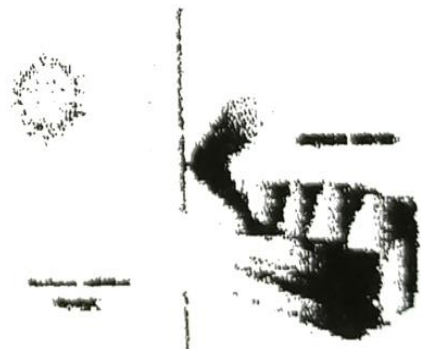
Manufacturers & Installers of Quality
Double Glazing, Door, Patio Doors,
Porches, Conservatories in PVC &
Aluminium

- Trade Prices
- Own Fitters
- Internally Glazed Windows
- 10 Year Guarantee
- Yale Door Locks
- Fitted Door from £460
- 28mm Glass Units
- Document L Cpmliant
- Espag Losks
- K-Glass
- 10 YEARS INSURANCE GUARANTEE

Unit 6, Derby Road
Hounslow, Middx., TW3 3UH
Tel: 020 8572 5567
Fax: 020 8577 0091



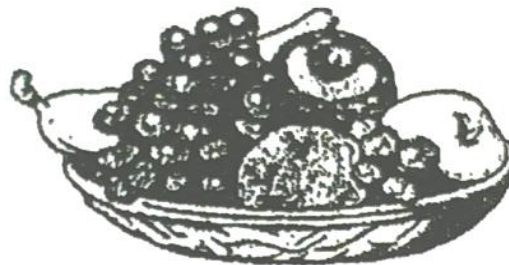
also provide window replacement and door repair services



SINGH & CO VEG FRUIT LTD



Unit 89, Market Pavillion, 1 Sherrin Road,
New Spitalfield Market, Leyton, London E10 5SL
Tel: 020 8539 1166 - 020 8532 8231 - Fax: 020 8558 0470



GREEN STREET EXOTICS
10A CARLTON TERRACE
GREEN STREET
LONDON E7
TEL: 020 8503 4809